Contraception : tour d'horizon

Les critères qui aident au choix : efficacité, réversibilité, sans effets indésirables, acceptabilité, facilité d'emploi, coût.

HORMONALES

	Méthodes	Action	Mode d'emploi	Remarques	Prix
	Pilule oestro-progestative	Association de 2 hormones (oestrogènes et progestérone) similaires à celles produites par la femme. Agit principalement en bloquant l'ovulation. Diminue les règles et le syndrome prémenstruel.	1 cp/j pdt 21 j. puis arrêt pendant 7j. Les règles arrivent pendant la pause. Il existe aussi des plaquettes comprenant 28 cp. Toute méthode hormonale nécessite une prescription médicale.	Indiqué pour les femmes sans troubles cardio-vasculaires ou hépatiques. Suivre les consignes « oubli de pilule » en cas d'oubli > 12h. Déconseillé pendant l'allaitement Limiter le nombre de cigarettes. **Ne protège pas des IST/SIDA**	12 à 24 CHF (la plaquette)
	Pilule progestative	Contient un progestatif . Agit en épaississant les sécrétions du col, modifie la paroi interne de l'utérus et bloque partiellement l'ovulation.	1 cp chaque jour sans interruption. Les règles peuvent être plus fréquentes ou plus rares voire disparaître selon les femmes.	Indiqué pendant l'allaitement et pour les femmes chez qui les oestrogènes sont déconseillés. **Ne protège pas des IST/SIDA**	20.- env. (la plaquette)
	Patch transdermique	Contient 2 hormones (oestrogènes et progestérone) qui sont absorbées par la peau et passent dans le sang. Agit principalement en bloquant l'ovulation.	Timbre carré de 4.5 cm. à coller sur la peau sèche. Coller un patch par semaine, pendant 3 semaines, puis faire une pause de 7 j. Les règles arrivent pendant la pause.	Ne pas coller sur les seins. Moins d'oublis qu'avec la pilule. Efficacité similaire à la pilule. **Ne protège pas des IST/SIDA**	24.- (3 patchs)
	Anneau vaginal	L'anneau libère 2 hormones (oestrogènes et progestérone) qui sont absorbées par la paroi du vagin et passent dans le sang. Agit principalement en bloquant l'ovulation.	Anneau souple, transparent, de 54 mm de diamètre. Se place dans le vagin pendant 3 semaines. Le retirer la 4è semaine et faire une pause de 7 j. Les règles arrivent pendant la pause.	Moins d'oublis qu'avec la pilule. Efficacité similaire à la pilule **Ne protège pas des IST/SIDA**	24.- (l'anneau)
	Injection trimestrielle	Injection d'un progestatif qui agit en bloquant l'ovulation. Il modifie la paroi interne de l'utérus et épaissit les sécrétions du col de l'utérus.	Injection intramusculaire tous les 3 mois. A faire dans un centre médical.	Peut provoquer des saignements irréguliers ou un arrêt des règles. Retour parfois lent à la fertilité. **Ne protège pas des IST/SIDA**	35.- (l'injection)
	Implant sous-cutané	Contient un progestatif qui agit principalement en bloquant l'ovulation, modifie la paroi interne de l'utérus et épaissit les sécrétions du col de l'utérus.	Petit bâtonnet synthétique inséré par un médecin sous la peau du bras, sous anesthésie locale. L'effet contraceptif dure 3 ans.	Peut provoquer des saignements irréguliers ou un arrêt des règles. **Ne protège pas des IST/SIDA**	315.- (l'implant)

Planning familial : Bd de la Cluse 47, 1205 Genève, tel. 022 372 55 00, www.hug-ge.ch/planningfamilial

[2004]

DIU

BARRIERE

MAO

	Méthodes	Action	Mode d'emploi	Remarques	Prix
	Dispositifs Intra-Utérin : **- Cuivre** **- Progestérone**	L'action varie selon le DIU. Le cuivre empêche la nidation, altère la viabilité des spermatozoïdes et modifie la paroi de l'utérus La progestérone, libérée localement, modifie principalement la paroi de l'utérus et les sécrétions du col.	Petit dispositif placé dans l'utérus par un médecin, pendant les règles. La protection dure plusieurs années. A changer tous les 2 à 5 ans, selon le modèle de DIU.	Règles plus abondantes avec DIU au cuivre. Règles faibles ou absentes avec DIU à la progestérone. Indiqué pour les femmes qui ont eu des enfants. **Ne protège pas des IST/SIDA**	47 à 229.- (selon stérilet)
	Préservatif masculin	Empêche le sperme d'entrer dans le vagin.	Etui en latex, généralement lubrifié, à dérouler sur le pénis en érection, avant chaque rapport sexuel. Pour plus d'efficacité contraceptive, compléter avec une autre méthode.	**Protège des IST / SIDA** A usage unique. Existe en différentes tailles, avec ou sans lubrifiant. En polyuréthane en cas d'allergie au latex.	4.80 à 16 .- (Boîte de 10)
	Préservatif féminin	Empêche le sperme d'entrer dans le vagin.	Fourreau en polyuréthane lubrifié à placer dans le vagin avant chaque rapport sexuel. Pour plus d'efficacité contraceptive, compléter avec une autre méthode.	**Protège des IST / SIDA** A usage unique. Plus résistant que le latex. Taille unique. En polyuréthane souple et lubrifié	10.- (boîte de 3)
	Spermicides	Produit qui détruit les spermatozoïdes.	Diverses présentations : ovules, crèmes, tampons, à introduire dans le vagin avant le rapport sexuel.	Précaution : le savon détruit l'utilisation du produit. **Ne protège pas des IST/SIDA**	17 à 23.-
	Diaphragme **Cape cervicale** **+ spermicide**	Demi-sphère en caoutchouc à placer dans le vagin. Empêche le sperme d'entrer dans le col de l'utérus.	Placer sur le col de l'utérus avant chaque rapport sexuel. Compléter d'un spermicide. Doit rester en place 8 heures après le rapport sexuel.	Existent dans plusieurs tailles. Son imperméabilité doit être vérifiée régulièrement. **Ne protège pas des IST/SIDA**	39 à 75 .-
	Méthode d'Auto Observation	Observation de la température, des sécrétions vaginales et du col de l'utérus.	Ces observations s'effectuent pendant toute la durée du cycle de la femme.	Apprentissage pendant plusieurs mois Abstinence ou protection les jours féconds. Demande une grande motivation. Méthode adaptée à certaines étapes de vie. **Ne protège pas des IST/SIDA**	
	Méthodes définitives **Stérilisation**	Chez la femme = ligature des trompes. Chez l'homme = vasectomie (ligature des canaux déférents.)	Opération chirurgicale : - sous anesthésie générale chez la femme. - sous anesthésie locale chez l'homme.	Evaluation de l'indication par le médecin, après décision du couple. **Ne protège pas des IST/SIDA**	Tarifs selon médecin

Planning familial : Bd de la Cluse 47, 1205 Genève, tel. 022 372 55 00, www.hug-ge.ch/planningfamilial

[2004]

HUG
Hôpitaux Universitaires de Genève